

Aprenda Primeros Auxilios

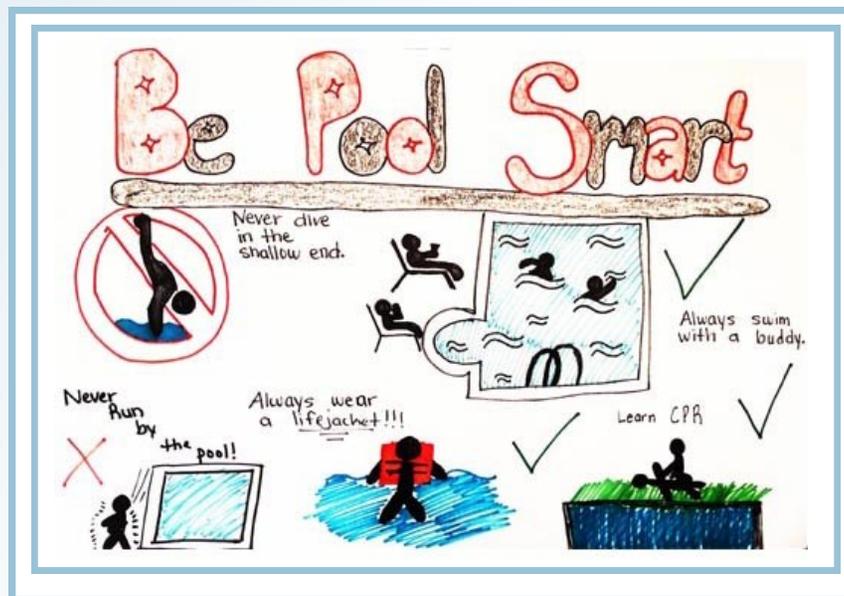
La resucitación cardiopulmonar (RCP), salva vidas. Si usted realiza RCP en una persona ahogada mientras llega la ambulancia, podría salvarle la vida. Para obtener entrenamiento y certificación en resucitación cardiopulmonar (RCP), comuníquese con el departamento de Servicios de Salud del condado de Suffolk al **631-852-4797** para las fechas y lugares de las clases.

Suffolk County
Department of Health Services
3500 Sunrise Highway Ste. 124
PO Box 9006
Great River, NY 11739-9006
Phone: (631) 854-0000
Fax: (631) 854-0108
SCDHSweb@suffolkcountyny.gov

Follow us:
suffolkcountyny.gov
Facebook.com/SuffolkCountyHealthServices
Twitter.com/SuffolkCoHealth



Prevengamos los Ahogamientos



"Su Seguridad en la Piscina" Ganador del Concurso de Póster
Jayda Krapf, Escuela Intermedia Bay, Deer Park, NY
Profesoras: Mrs. Ruthaiwattana, Mrs. Forrester



Condado de Suffolk

Steven Bellone
Director Ejecutivo del Condado

Legislatura del Condado de Suffolk

James L. Tomarken, MD, MPH, MBA, MSW
Comisionado de Servicios de Salud



Leyes de Seguridad en las Piscinas

La ley del Estado de Nueva York exige que todas las piscinas construidas después del 14 de diciembre del 2006 estén equipadas con una alarma de piscina aprobada, a menos que esté equipada con una cubierta de seguridad automática. También deben estar encerradas dentro de una valla u otra barrera que mida por lo menos cuatro pies de altura, y que las entradas sean con puertas de cerraduras que cierran solas. Para obtener información adicional acerca de los códigos y requisitos de zonas póngase en contacto con su municipio local.

¿Sabía usted que?

- Diez personas mueren ahogadas cada día en los Estados Unidos.
- Aproximadamente una de cada cinco personas que mueren ahogadas son menores de 14 años.
- En los niños de entre uno y cuatro años, la mayoría se ahoga en piscinas de patio y en piscinas para bebés y niños pequeños.
- Tres de cada diez muertes de menores de uno a cuatro años de edad son por causa de ahogamientos.
- La mayoría de los niños que se ahogan han estado fuera de la vista de los cuidadores por menos de 5 minutos.
- Por cada niño menor de 15 años que muere ahogado en una piscina, otros diez son llevados a la sala de emergencia por riesgo de ahogamiento.
- Cuando las víctimas están a poco de ahogarse, sus cerebros no reciben oxígeno, lo que puede causar daños que afecten la capacidad de funcionar de una persona.
- La buena noticia es que el ahogamiento se puede prevenir.

Medidas de Prevención de Ahogamiento

- Los niños pequeños pueden ahogarse a baja profundidad. Un niño menor de cinco años debe estar siempre dentro del alcance del brazo mientras esté cerca del agua.
- Dado que el ahogamiento ocurre rápida y silenciosamente, los adultos no deben realizar ninguna actividad que los distraiga (leer o hablar por teléfono) cuando estén supervisando a los niños.
- Si usted debe alejarse del área de la piscina, aunque solo sea por un minuto, lleve a sus niños con usted.
- Aprenda a nadar. Las lecciones formales de natación pueden proteger a adultos y niños del ahogamiento. Aún así, aunque los niños hayan aprendido, se requiere supervisión constante.
- Enseñe a los niños mayores a nadar siempre con algún amigo y donde haya salvavidas de turno.
- No utilice artefactos inflables o de goma espuma en lugar de chalecos salvavidas. Estos juguetes no están diseñados para mantener a salvo a los nadadores.
- Cuando la piscina no esté en uso, remueva las escaleras y todos los juguetes del área de la piscina.
- Mantenga un botiquín de primeros auxilios disponible cerca de la piscina.
- Enseñe a los niños a marcar 9-1-1 y cómo conseguir ayuda en caso de una emergencia. Asegúrese de que los niños conozcan su dirección.
- Mantenga su celular en el área de la piscina en caso de emergencia.
- Obtenga la certificación en resucitación cardiopulmonar (RCP). En el tiempo que tardan en llegar los paramédicos, sus habilidades de RCP pueden salvar una vida.

Señales de Ahogamiento

Las víctimas de ahogamiento generalmente no gritan ni mueven los brazos. Las señales de ahogamiento incluyen:

- La cabeza baja en el agua, la boca a nivel del agua;
- La cabeza inclinada hacia atrás con la boca abierta;
- Los ojos cerrados o vidriosos y vacíos, incapacidad para focalizar;
- El cabello sobre la frente u ojos;
- No usa las piernas, en posición vertical;
- Hiperventilación o jadeos;
- Intenta nadar pero no avanza;
- Intenta voltearse sobre la espalda;
- Parece estar subiendo una escalera invisible.